

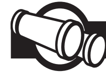
Pèse-Personne Impédance Mètre

avec écran déporté sans fil

(GR101)

Manuel d'Utilisation

Table des Matière



Introduction

Nous vous remercions d'avoir sélectionné le Pèse personne impédancemètre GR101 Oregon Scientific™. Ce produit à été conçu pour vous assurer un précieux service durant de nombreuses années. Ce produit comporte des particularités dont:

- Calcul automatique du poids, indice de masse corporelle (IMC), pourcentage de graisse corporelle, et pourcentage/poids de l'eau du corps
- Écran déporté sans-fil avec une portée de 8 mètres et un large écran LCD

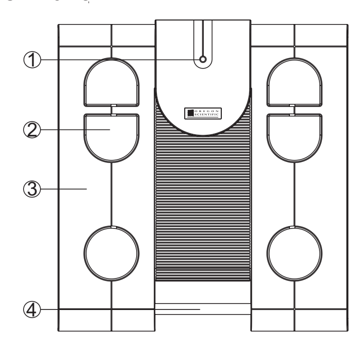
- Technologie brevetée qui active automatiquement le Pèse-personne impédance mètre dès que vous montez dessus
- Mémorisation d'un maximum de 4 informations différentes de tailles et d'âges pour quatre utilisateurs différents (mode invité disponible)
- Mémorisation d'un maximum de 30 enregistrements de poids, IMC, pourcentage de masse graisseuse, et pourcentage/ poids d'eau du corps

Ce manuel contient d'importantes informations liées à la sécurité et l'entretien, et présente des instructions à suivre pas à pas pour l'utilisation de ce produit. Lire attentivement le manuel, et conservez-le au cas où vous auriez besoin de vous y référer ultérieurement.



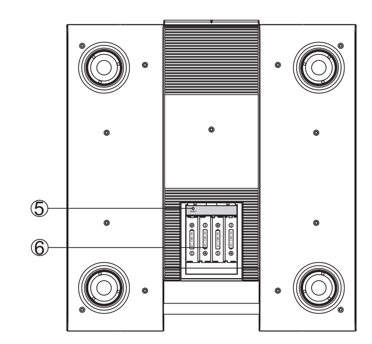
LE PÈSE-PERSONNE

Vue Avant



1. Indicateur LED
2. Zone des pieds en métal
3. Plateau Pèse-personne
4. Poignée de transport

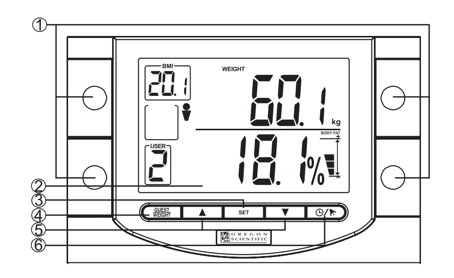
Vue Arrière



5. Orifice d'initialisation
6. Compartiment piles

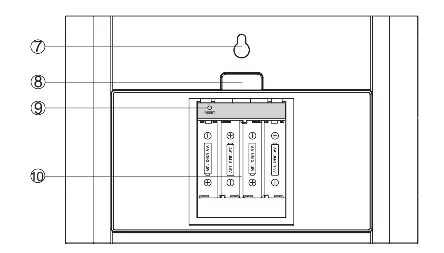
ÉCRAN DÉPORTÉ

Vue Avant

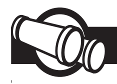


1. Touches utilisateur
2. Écran LCD
3. Touches de réglage
4. Touche Invité/Poids
5. Touches ▲ / ▼
6. Touche Horloge/Alarme

Vue Arrière



7. Fixation murale
8. Bouton d'ouverture du compartiment piles
9. Orifice d'initialisation
10. Compartiment piles



Pour Commencer



ATTENTION: Il n'est pas recommandé aux personnes ayant des équipements médicaux implantés tels que des stimulateurs ou aux femmes enceintes d'utiliser le GR101.

DÉBALLER LE PRODUIT

Lorsque vous déballez votre produit, assurez vous de garder toutes les parties de l'emballage dans un endroit sûr, au cas où vous auriez plus tard les transporter ou les retourner pour réparation. Dans la boite, vous trouverez:

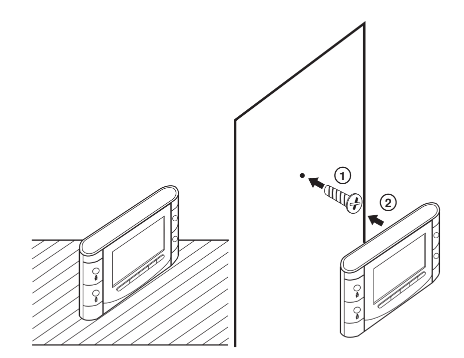
Le Pèse-Personne	L'Écran Déporté
8 piles AA de 1,5-V	4 Pieds pour Tapis
Manuel d'Utilisation	Carte de Garantie

PLACER LES UNITÉS

Le Pèse-personne impédance mètre et l'Écran déporté doivent se trouver à moins de 8 mètres l'un de l'autre, de manière à assurer une réception correcte.

Installation de l'Écran Déporté

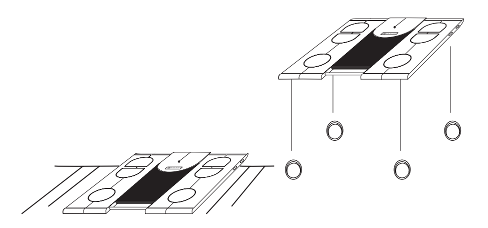
Fixer ou placer l'Écran Déporté au mur ou sur une surface plane comme montré ci-dessous. Pour de meilleurs résultats, il doit être placé à moins de 8 mètres du plateau. Eviter les obstacles tels que des murs ou des grands meubles.



Placement du Pèse-Personne

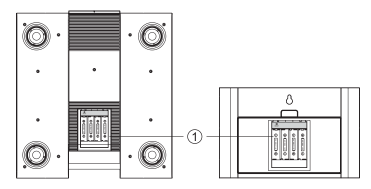
Pour de meilleurs résultats, placer le Pèse-personne sur une surface plane, égale. Utiliser les pieds pour tapis fournis si le plateau est placé sur un tapis, une moquette ou toute surface non rigide.

NOTE Laisser le plateau sur le sol pendant 5 secondes afin de lui permettre de se calibrer automatiquement.



AVANT DE COMMENCER

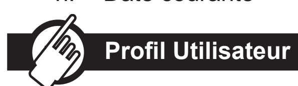
1. Installer les piles fournies à la fois dans le Pèse-personne et l'Écran déporté.



2. Sur l'Écran déporté, appuyer et maintenir **SET** pour sélectionner, dans l'ordre:

NOTE Appuyer sur ▲ / ▼ pour ajuster les valeurs de chaque réglage. Appuyer sur **SET** pour confirmer. Appuyer sur ⌚/🔔 à tout moment pour sortir.

   a. Unité de poids: kg (kilogramme), lb (livre), ou st-lb (pierre)
   b. Format d'heure 12 ou 24 heures
   c. Heure courante
   d. Minute courante
   e. Année courante
   f. Format Jour/Mois ou Mois/Jour
   g. Mois courant
   h. Date courante



Profil Utilisateur

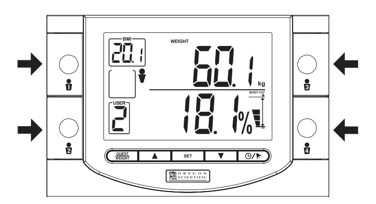
RÉGLER LE PROFIL UTILISATEUR

Avec ce produit, vous pouvez régler et sauvegarder l'âge, le sexe, et la taille pour un maximum de quatre personnes (Utilisateur 1 à 4) qui utilisent régulièrement le Pèse-personne.

NOTE Si les piles sont faibles, vous perdrez ces données.

1. Sur l'Écran déporté, chaque utilisateur est représenté par l'un des quatre Touches Utilisateur. Appuyer sur 1, 2, 3 ou 4 pour sélectionner un utilisateur.

NOTE Assurez-vous de ne pas sauvegarder votre poids et date de naissance dans le profil d'un autre utilisateur existant.



2. Appuyer et maintenir **SET**. L'Écran déporté vous avertit pour:



   a. Sexe: Masculin/ Féminin
   b. Mois de naissance
   c. Année de naissance



   d. Taille:
      - En centimètre (cm) si l'unité de poids kg (kilogramme) a été sélectionnée.
      - En pieds et pouces si l'unité de poids lb (livre) ou st-lb (pierre) a été sélectionnée.

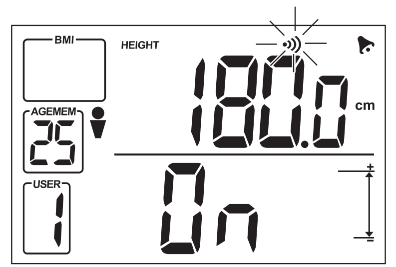
NOTE Appuyer sur ▲ / ▼ pour ajuster les valeurs de chaque réglage. Appuyer sur **SET** pour confirmer. Appuyer sur ⌚/🔔 à tout moment pour sortir.

MESURES DU PROFIL UTILISATEUR

Une fois que vous avez régler un Profil Utilisateur, le GR101 peut automatiquement calculer l'Indice de Masse Corporelle (IMC), le pourcentage de Masse Graisseuse, et les mesures de l'Eau du Corps.

1. Appuyer sur le Bouton Utilisateur (1 à 4) correspondant à votre Profil Utilisateur configuré.

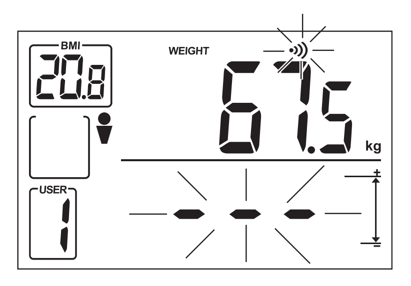
2. Votre profil apparaît à l'écran. Une fois que l'icône de Réception •))) clignote et que l'Indicateur LED de la Balance est vide, l'Écran déporté est prêt à recevoir les informations sur votre poids.



3. Monter sur le plateau de Pèse-personne. Y rester, le temps que l'appareil prenne la mesure l'indicateur vert LCD de Pèse-personne clignote.

   NOTE Il est recommandé de vous tenir sur le Pèse-personne pieds nus. Le très faible est imperceptible signal électrique envoyé depuis le Pèse-personne ne pourra fournir un relevé si des chaussettes ou chaussures sont portées. Dans ce cas, comme résultat, seuls le poids et l'IMC seraient mesurés.

4. Votre poids et IMC apparaissent en premier sur l'Écran Déporté. Demeurer immobile sur le plateau de Pèse-personne, et l'Indicateur vert LED clignote plus rapidement pour vous indiquer que vos mesures de Graisse du Corps et d'Eau du Corps sont en cours.

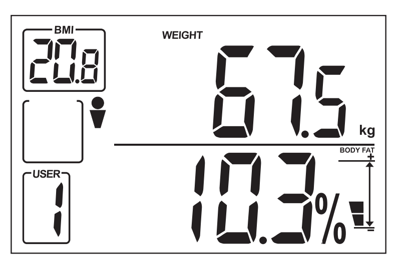


NOTE Si OL s'affiche sur l'Écran Déporté, cela signifie que la capacité de charge maximale pour le Pèse personne à été dépassée. Descendre du plateau et essayer à nouveau. Noter que le plateau supporte un poid maximum de 150kg.

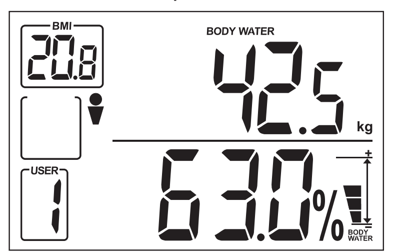
NOTE Si vous attendez trop longtemps avant de monter sur le plateau, vos mesures ne sont pas prises correctement. Descendez du Pèse-personne et suivre les instructions une nouvelle fois.

5. Une fois que le voyant LED vert s'arrête de clignoter, les mesures de votre Graisse corporelle et d'Eau du Corps s'affichent successivement sur l'Écran Déporté.

   Affichage des Poids, Taux de masse corporelle et IMC:



Affichage des Poids et Pourcentage de l’Eau du Corps:



MODE MÉMOIRE

Le GR101 peut automatiquement sauvegarder un maximum de 30 mesures effectuées. Pour afficher les mesures précédentes prises par un utilisateur ayant un profil mémorisé:

1. Appuyer sur le Bouton Utilisateur (1 à 4) correspondant à votre Profil Utilisateur..
2. Appuyer sur ▲ / ▼ pour naviguer dans vos enregistrements précédents. La zone MEM indique les mesures sauvegardées séléctionnées.

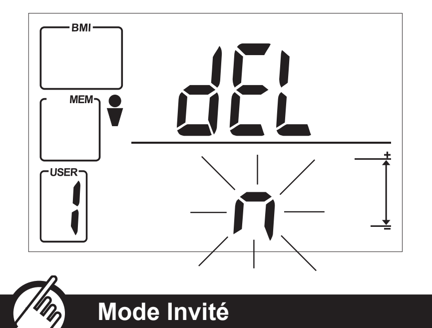
EFFACER LA MÉMOIRE/CHANGER LE PROFIL UTILISATEUR

Si vous changez les informations sur votre date de naissance ou votre taille dans votre Profil Utilisateur, les mesures précédemment sauvegardées en mémoire peuvent ne plus être utilisables.

Donc, lorsque vous effectuez des modifications au Profil Utilisateur, l’Écran déporté vous demande si vous souhaitez effacer vos mesures précédemment sauvegardées.

NOTE Si vous changer le genre d’un Profil Utilisateur, toutes les mesures en mémoire de ce profil sont automatiquement effacées.

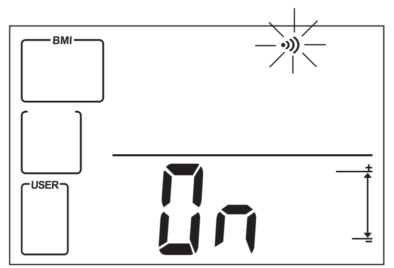
Appuyer sur ▲ / ▼ pour sélectionner y pour effacer la mémoire, ou n pour garder la mémoire existante. Appuyer sur **SET** pour confirmer.



Mode Invité

Avec ce Mode, vous pouvez mesurer rapidement votre poids et votre IMC sans avoir besoin de créer un Profil Utilisateur. Toutefois, dans ce mode, vos mesures ne sont pas sauvegardées.

1. Appuyer sur **Guest/Weight**. Une fois que l’icône de Réception •))) clignote et que l’Indicateur LED de Pèse-personne est vide, l’Écran déporté est prêt à recevoir vos informations sur votre poids.



2. Suivre les Etapes 3 et 4 de la section **MESURES DU PROFIL UTILISATEUR**.

NOTE Vous pouvez choisir de passer les prochaines instructions de cette section si vous ne voulez pas mesurer vos niveaux de masse graisseuse et d'Eau du Corps.

3. Une fois que la LED verte s'arrête de clignoter, l'Écran déporté vous signale que:

   NOTE Appuyer sur ▲ / ▼ pour ajuster les valeurs de chaque réglage. Appuyer sur **SET** pour confirmer. Appuyer sur à tout moment pour sortir.

   a. Sexe: Masculin/ Féminin
   b. Mois de naissance
   c. Année de naissance
   d. Taille:
      - En centimètre (cm) si l'unité de poids kg (kilogramme) a été sélectionnée.
      - En pieds et pouces si l'unité de poids lb (livre) ou st-lb (pierre) a été sélectionnée.

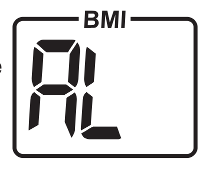
4. Lorsque le réglage est effectué, vos mesures de Graisse du Corps et d'Eau du Corps s'affichent successivement sur l'Écran déporté.



ALARME

L'Écran déporté possède aussi une fonction d'alarme avec sonnerie.

Régler l'Alarme



1. Appuyer sur . La zone IMC indique que vous êtes maintenant en Mode Alarme.

2. Pour ajuster l'heure de l'alarme:
   a. Appuyer et maintenir **SET**.
   b. Appuyer sur ▲ / ▼ pour ajuster l'heure et les minutes. Appuyer sur **SET** pour confirmer.

3. Pour activer/désactiver l'alarme, appuyer sur ▲ / ▼ . Lorsque l'alarme est activée, l'icône apparaît.
4. Appuyer sur à tout moment pour retourner à l'affichage normal de l'heure.

Sonnerie

Lorsque l'alarme sonne:

- Appuyer sur pour éteindre l'alarme/la sonnerie.
- Appuyer sur n'importe quel bouton pour désactiver temporairement l'alarme pendant 8 minutes (l'icône **SNOOZE** apparaît).

AVERTISSEMENT DE PILES FAIBLES

Pèse-personne

L'indicateur LED à la fonction de vos informer de différents états. Lorsque vous montez sur le Pèse-personne, les couleurs suivantes de la LED indiquent:

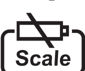
- Vert – niveau de charge des piles suffisant.
- Jaune – niveau de charge des piles faible. Remplacer les piles.
- Rouge - Le Pèse-personne ne fonctionne pas correctement. Consulter le **GUIDE EN CAS DE PROBLÈMES** pour plus d'informations.

L'Écran Déporté

L'écran LCD peut afficher les symboles d'Avertissement de Piles Faibles à la fois pour le Pèse-personne et l'Écran déporté:



Les piles de l'Écran déporté sont faibles.

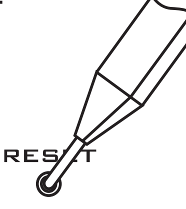


Les piles de Pèse-personne sont failbles.

RÉINITIALISATION

L'orifice **RESET** est utilisé toutes les fois que le produit ne fonctionne pas comme attendu (comme lorsque l'Écran déporté ne peut pas détecter le plateau) ou lorsque les nouvelles piles ont été insérées. Cela provoquera un retour de tous les réglages à leur valeur d'usine.

Le Pèse-personne et l'Écran déporté possèdent tous les deux un orifice **RESET** situé à l'intérieur du Compartiment Piles. Utiliser une pointe non perforante tel que un clip en papier et l'insérer dans l'orifice.



NOTE Les informations sur l'heure sont effacées lorsque l'orifice **RESET** est appuyé sur l'Écran déporté. Toutes les autres valeurs, tels que la date et le mois, ne sont pas affectées.



Comment Fonctionne le Pèse-Personne?

Lorsque vous montez sur le Pèse-personne, une mesure du poids est effectuée. Le GR101 peut aussi vous aider à calculer automatiquement votre indice de Masse Corporelle (IMC) et votre Pourcentage de graisse corporelle, deux indicateurs internationalement reconnus pour les niveaux de santé et d'obésité.

Le poids seul n'est pas un indicateur assez bon de l'état de santé car il ne fait pas la différence entre les muscles, les tissus, les os, et la graisse. De ce fait, lorsque qu'une personne perd du poids, cela peut être la résultante de la perte de masse musculaire ou d'eau du corps mais pas de graisse. Afin de mieux comprendre la composition de votre corps et de votre niveau de santé, l'IMC et le Pourcentage graisse corporelle doivent être pris en compte.

L'IMC ou le Pourcentage de graisse corporelle pris individuellement ne peuvent donner une image complète de votre santé. Par exemple, les bodybuilders ont souvent un IMC élevé (considéré comme obèse) mais un Pourcentage de Graisse corporelle faible (considéré comme sain). L'IMC, dans ce cas, ne prend pas en compte que le poids en plus vient des muscles et de l'au mais pas de la graisse. Inversement, une personne très mince peut avoir un Pourcentage de Graisse corporelle faible (considéré comme sain) mais aussi un IMC plus faible que la normale (considéré comme malsain). Cela veut dire que la personne a toujours un risque de mauvaise santé, bien que le Pourcentage de Graisse corporelle soit faible.

NOTE Consulter votre diététicien avant de commencer un régime ou un programme d'exercices.

INDICE DE MASSE CORPORELLE

Qu'est-ce que l'Indice de Masse Corporelle (IMC)?

L'indice de masse corporelle (IMC) est un standard international très utilisé qui mesure le rapport taille/poids pour déterminer l'obésité. L'IMC est calculé en utilisant:

$$\text{IMC} = \frac{\text{Poids (kg)}}{[\text{Taille (m)}]^2}$$

NOTE Se référer à la **TABLE DE CONVERSION DE POIDS** pour convertir selon les unités de poids.

L'IMC est seulement un indicateur général de votre niveau de santé. De ce fait, la précision des mesures peut varier selon votre type de corps et sa composition. Consulter votre diététicien pour en savoir plus sur votre état de santé actuel.

Références:

1. Jequier, E. (1987)
   Energy, obesity, and
   body weight standards.
2. American Journal of Clinical Nutrition, 45, 1035-1047
3. Japan Society for the Study of Obesity
4. The Weight Loss Research Center
5. myDr. (www.mydr.com.au)

NOTE L'IMC ne doit pas être utilisé comme référence pour les risques de santé pour les groupes de personnes suivants:

Groupe	Raison
Enfants / Adolescents	Les mesures de l'IMC ne sont basées que par rapport aux adultes.
Athlètes et bodybuilders	L'IMC ne fait pas la différence entre la graisse et le muscle, donc les mesures sont imprécises pour les gens possédant une forte musculature.
Femmes enceintes ou en allaitement	Ce groupe de personnes possède naturellement une grande quantité de graisse faisant partie de la grossesse.
Personnes âgées de plus de 65 ans	Les réserves de graisse tendent naturellement à être plus importantes pour les personnes âgées

Comment Interpréter l'IMC

Utiliser la valeur résultante de l'IMC avec le graphique ci-dessous pour déterminer votre niveau de santé actuel:

NOTE Les Asiatiques ont un éventail d'IMC différent en raison d'une composition corporelle différente.

Indication de Santé	Etendue de l'IMC	Description
Sous poids	Moins de 20,0	Votre poids est actuellement plus bas que la moyenne. Se nourrir régulièrement afin d'améliorer sa santé et faire régulièrement de l'exercice pour obtenir un niveau de santé recommandé.
	*IMC Asiatique: moins de 18,5	
Recommandé	20,0 – 25,0	Votre santé est à un niveau recommandé. Maintenir un régime équilibré et faire de l'exercice pour maintenir votre niveau de santé actuel.
	*IMC Asiatique: 18,5 – 23,0	
Sur poids	25,1 – 29,9	Votre poids est peut être au dessus de la normale. Faire plus d'exercice et suivre un régime pour diminuer votre risque de maladie grave.
	*IMC Asiatique: 23,1– 29,9	
Obèse	30,0 ou plus	A ce niveau, vous êtes peut être un sujet à risque pour les maladies cardiaques ou d'hypertension, et autres maladies. Consulter votre médecin pour mettre en place une cure / plan d'amaigrissement adapté à vos besoins.
	*IMC Asiatique: 30,0 ou plus	

POURCENTAGE DE GRAISSE CORPORELLE

Qu'est-ce que le Pourcentage de Graisse Corporelle?

Le Pourcentage de Graisse corporelle est une mesure du pourcentage total de graisse présente dans votre corps. Par exemple, si vous pesez 70kg et que votre Pourcentage de Graisse corporelle est de 15%, alors vous possédez 10,5kg de graisse. Le poids restant est composé de muscles, os, tissus, et d'eau.

Parmi les gens en sur-poids, c'est la graisse en excès et pas le poids en lui-même qui est source de risques sanitaires. Comme le corps comprend des éléments de densités diverses, le poids ou l'IMC ne peuvent mesurer exactement combien d'excès de graisse la personne possède. Par exemple, deux personnes qui ont le même poids et le même IMC peuvent avoir de grandes différences dans leur composition corporelle. La première peut posséder trop de graisse tandis que la deuxième possède un niveau acceptable de graisse nécessaire à la régulation corporelle. De ce fait, une mesure du Pourcentage de Graisse corporelle est une estimation efficace de votre niveau de santé actuel.

NOTE Un taux de graisse de base est nécessaire pour le bon fonctionnement du corps, car elle aide à maintenir la température corporelle et isole les organes et les tissus.

Comment mesurer la Graisse Corporelle

Le GR101 utilise la méthode de l'Analyse d'Entravement Bioélectrique (AEB) pour mesurer la graisse du corps.

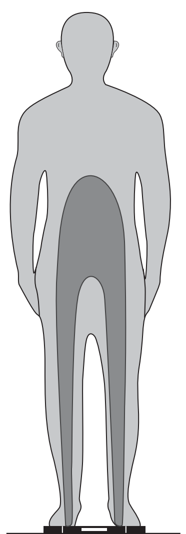


Diagramme de mesure Pied à Pied

Cette méthode est complètement sans danger, et est très largement utilisée dans le domaine médical. Le principe de l'AEB est comme suit: Le GR101 envoie un signal électrique faible, imperceptible et inoffensif à travers votre corps qui circule librement à travers les fluides mais pas la graisse. Par là, l'instrument mesure l'opposition au signal et l'utilise pour calculer le pourcentage de graisse du corps (selon l'âge de la personne, sa taille, et son poids).

Comment interpréter les Niveaux de Graisse Corporelle?

Utiliser la valeur résultante du Pourcentage de Graisse corporelle avec le diagramme ci-dessous pour déterminer votre niveau de santé actuel:

HOMME ADULTE

Niveau	Groupes d'âges par Années			
	< 30	30-39	40-49	> 49
Très Elevé	>28%	>29%	>30%	>31%
Elevé	22 - 28%	23 - 29%	24 - 30%	25 - 31%
Normal	11 - 21%	12 - 22%	13 - 23%	14 - 24%
Faible	6 - 10%	7 - 11%	8 - 12%	9 - 13%
Très Faible	<6%	<7%	<8%	<9%

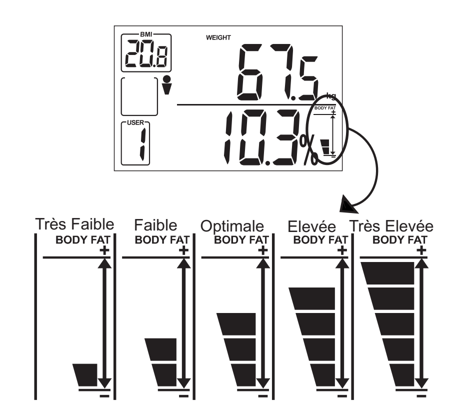
FEMME ADULTE

Niveau	Groupes d'âges par Années			
	< 30	30-39	40-49	> 49
Très Elevé	>32%	>33%	>34%	>35%
Elevé	26 - 32%	27 - 33%	28 - 34%	29 - 35%
Normal	15 - 25%	16 - 26%	17 - 27%	18 - 28%
Faible	12 - 14%	13 - 15%	14 - 16%	15 - 17%
Très Faible	<12%	<13%	<14%	<15%

Standard de niveau de Graisse corporelle	Raison
Très Elevé	Le pourcentage à ce niveau indique que la personne est sérieusement obèse à un point que cela peut entraîner des conséquences sanitaires. Maintenir ce niveau de graisse pendant une longue période place la personne à un risque d'hypertension, de maladies cardiaques, et de diabète. Consulter votre médecin pour évaluer un programme d'exercice physique et de perte de poids à long terme.
Elevé	Il est probable que la personne soit obèse. La mise en place et la surveillance d'un régime et d'exercice physique sont recommandées.

Optimal	Cela est le niveau idéal de graisse corporelle pour la personne normale.
Faible	Pour les athlètes, cela est un niveau raisonnable de graisse corporelle. Pour les personnes normales, un régime régulier doit être considéré pour améliorer l'équilibre de la composition du corps.
Très Faible	Le niveau de graisse corporelle est trop faible. Consulter un diététicien pour obtenir les conseils.

En plus d'afficher votre Pourcentage de Graisse corporelle, le GR101 affiche une Indication de son niveau pour vous aider à juger immédiatement votre niveau de graisse du corporelle sans devoir vous référer au diagramme ci-dessus.



Référence:

1. **Robert M. Ross, Andrew S. Jackson: Exercise concepts, calculations, and computer applications.**

   Carmel, Ind.: Benchmark Press, 1990.

Comment fluctue le Pourcentage de Graisse Corporelle

Il est recommandé de choisir un créneau horaire pour mesurer le pourcentage de graisse corporelle et de le surveiller régulièrement dans des conditions semblables. Idéalement, le niveau d'hydratation du corps le plus stable est durant la fin de l'après-midi, juste avant le dîner. Noter que beaucoup de facteurs peuvent altérer un relevé de graisse corporelle de quelqu'un, comme la consommation d'alcool, la prise d'un bain ou l'exercice physique, se lever, avoir de la fièvre et dans le cas de maladie.

EAU DU CORPS

Qu'est-ce que l'Eau du Corps?

L'Eau du Corps totale est la quantité d'eau retenue par le corps, et elle comprend entre 50% et 70% du total du poids. Généralement, les hommes tendent à avoir un poids d'eau plus élevé que la femme en raison d'une musculature plus importante. Les athlètes tendent aussi à avoir un Total d'Eau du Corps entre 5 et 8% supérieure en raison d'une masse musculaire plus importante. Se maintenir dans une quantité d'Eau du Corps correcte est très important pour rester en bonne santé. Elle joue un rôle important dans la régulation de la température corporelle, l'élimination des déchets, le métabolisme des cellules, et pour maintenir l'hydratation de la peau et des tissus.

NOTE Le niveau d'Eau du Corps d'une personne peut fluctuer de 2kg durant la journée.

NOTE Une personne sous influence de l'alcool ou de médicaments, endormie ou faisant d'importants exercices physiques peut-être exposée à un niveau d'Eau du Corps plus faible que la normale en raison de la déshydratation.

Comment interpréter les Niveaux d'Eau du Corps

Utiliser la valeur résultante du Pourcentage d'Eau du Corps avec le graphique ci-dessous pour déterminer votre niveau d'eau du corps actuel:

Niveau d'Eau du Corps	Homme	Femme
Très Elevé	>70%	>65%
Elevé	65 - 70%	60 - 65%
Normal	53 - 65%	50 - 60%
Faible	48 - 53%	48 - 50%
Très Faible	<48%	<48%

Niveau d'Eau du Corps	Conseil
Très Elevé	Consulter un diététicien pour obtenir des conseils.
Elevé	Surveiller votre consommation d'eau.
Normal	C'est le niveau optimal d'eau du corps.
Faible	Boire plus d'eau pour maintenir une hydratation correcte.
Très Faible	Consulter un diététicien pour obtenir des conseils.

Le GR101 fournit une Indication de Niveau d'Eau du Corps pour vous aider à jauger immédiatement de votre niveau d'eau sans avoir besoin de vous référer au graphique ci-dessus.

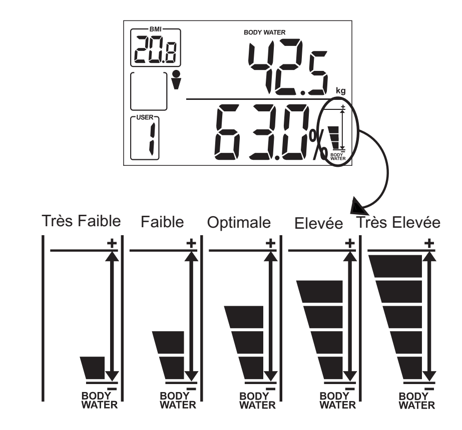




Table de Conversion de Poids

Unité	Nom	Conversion
kg	Kilogramme Métrique	1kg = 2,20lb 1kg = 0,16st-lb
lb	Livre Impériale	1lb = 0,45kg 1lb = 0,07st-lb
st-lb	Livre de Pierre britannique	1stone = 14,0lb 1stone = 6,35kg



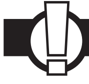
Guide en Cas de Problèmes

Cette section comprend une liste des questions les plus demandées concernant les problèmes que vous pourriez rencontrer avec votre Pèse-personne. Si le produit ne fonctionne pas comme voulu, vérifier d'abord ici avant de contacter le service après-vente.

Symptôme	Vérifier	Remède
L'écran d'Écran déporté est faible ou vide	Les piles sont faibles ou de-chargées	Remplacer les piles
	Les piles ne sont pas insérées correcte-ment	Insérer les piles correcte-ment
La mesure est imprécise	Le plateau n'est pas bien placée ou placée sur un tapis	Utiliser les pieds pour tapis fournis ou placer le plateau sur un sol plat, régulier et solide
	Vous portez des chaus-settes ou des chaus-sures	Retirer vos chaus-settes, vos chaussures, et tout autre accessoire lourd avant d'utiliser le Pèse-personne
	Le genre, la date de naissance ou la taille entrés sont erronés	Rentrer vos réglages d'utilisateur en utilisant des valeurs correctes
	Le mesures varient après un laps de temps court	Les fluctuations de la graisse corporelle durant la journées sont normales

Symptôme	Vérifier	Remède
Le Pèse-personne affiche OL durant la pesée	Le Pèse-personne est en surcharge	Le poids maximum est de 150kg est atteint. Retirer le poids de Pèse-personne
Le poids ne s'affiche pas	Réessayer la mesure	Attendre jusqu'à ce que l'icône Réception apparaisse
Err 1 s'affiche à l'écran	Le poids sur le plateau n'est pas réparti uniformé-ment ou est instable	S'assurer de rester immobile et de placer le plateau sur une surface plane. Utiliser les pieds pour tapis si le sol est recouvert d'un tapis ou inégal
Err 2 s'affiche à l'écran	Vous êtes monté sur le plateau trop tôt	Pour l'utilisateur invite, attendre jusqu'à ce que l'écran LCD soit sans inscriptions. Pour l'utilisateur avec des réglages sauve-gardés, attendre jusqu'à ce que l'écran affiche On avant de monter.

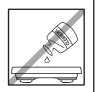
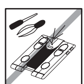
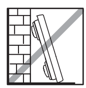
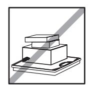
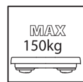
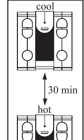
Symptôme	Vérifier	Remède
Err3 s'affiche à l'écran	Le plateau n'est pas calibrée correcte-ment	Soulever le plateau, et le replacer sur le sol afin de lui permettre de se calibrer automatique-ment.



Sécurité et Entretien

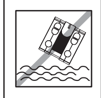
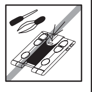
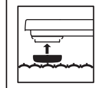
ENTRETIEN DE VOTRE PÈSE-PERSONNE

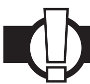
Pour vous assurer d'avoir le maximum d'avantages de l'utilisation de ce produit, observer les conseils suivants:

	Nettoyer avec un chiffon humide. Ne pas utiliser des agents lavant abrasifs ou corrosifs.
	Ne pas tenter de réparer le produit vous-même. Contacter le vendeur ou un réparateur qualifié si le produit nécessite des réparations.
	Ne pas ranger l'instrument en position verticale.
	Ne pas placer des objets sur le plateau du Pèse-personne ou sur l'Écran déporté.
	Ne pas exposer le produit à des forces excessives, à la poussière, à des fluctuations de températures, ou à l'humidité.
	Permettre au Pèse-personne de rester inactif pendant au moins 30 minutes toutes les fois que survient un changement brusque de l'environnement ambiant (par exemple: le passage du zone en extérieur à une pièce où l'air est conditionné).

PRÉCAUTIONS DE SÉCURITÉ

Observer les précautions de sécurité suivantes lors du réglage et de l'utilisation de votre Pèse-personne.

	Ne pas immerger le produit dans l'eau ou placer le Pèse-personne dans un endroit mouillé.
	Maintenir le produit hors de toute source de chaleur tels que des radiateurs, des poêles, et des appareils de chauffage.
	Ne pas utiliser le Pèse-personne sur une surface irrégulière.
	Utiliser les pieds pour tapis (fournis) si vous placez le plateau sur un tapis.



Avertissements

Ce produit à été conçu et fabriqué selon les standards de sécurité les plus élevés. Ce produit est conçu pour vous fournir un service fiable pendant plusieurs années, lorsqu'il est utilisé correctement et bien entretenu. Pour assurer votre sécurité et prolonger la vie de ce produit, observer les précautions suivantes.

À PROPOS DE L'APPAREIL



ATTENTION: Il n'est pas recommandé aux personnes ayant des équipements médicaux implantés tels que des stimulateurs ou aux femmes enceintes d'utiliser le GR101.

- Le GR101 est destiné à une utilisation à la maison uniquement, pas pour des buts de diagnostics à l'hôpital.

- L'IMC, le Pourcentage de Graisse corporelle, et les mesures d'Eau du Corps donnés par le GR101 doivent être compris comme des indications approximatives de votre niveau de santé. Consulter votre diététicien pour une évaluation complète et sérieuse.
- Le Pourcentage de Graisse corporelle et les mesures de l'Indice de Masse Corporelle sont moins précises pour les athlètes professionnels, les bodybuilders, les enfants, les adolescents, et les personnes âgées de plus de 65 ans en raison de la différence de leur composition corporelle. Toutefois, cet appareil peut permettre les personnes appartenant à ces groupes de suivre leurs tendances de graisse du corps avec le temps.

AVERTISSEMENTS GENERAUX

- Lire et respecter tous les avertissements et les instructions. Les contenus de ce manuel d'utilisation sont sujets à changement sans préavis. Les illustrations et les affichages d'exemple sont pour votre références seulement, et peuvent différer un peu du produit actuel.
- Les piles – Inverser la polarité des piles peut causer des dommages à l'appareil. Retirer les piles si le Pèse-personne et prévu d'être rangé pendant une période étendue.
- Les spécifications techniques sont sujettes à changement sans préavis.
- Liquides, humidité, et objets étrangers – Ne jamais insérer d'objets à l'intérieur ou verser des liquides sur le produit, car cela peut causer des chocs électriques et endommager l'unité. Ne pas immerger ce produit dans l'eau.
- Toute reproduction de ce document est strictement interdite sans la permission du fabriquant.
- En raison de limitations dans l'impression, les images affichées dans ce manuel peuvent différer de l'affichage présent.



Spécifications

LE PLATEAU

Dimension	315(L) x 340(P) x 50(H) mm
Poids	1,8 kg (sans piles)
Piles	4 x LR06 / AA / UM-3 1,5V
Economie d'Énergie	S'éteint automatiquement après 5 à 10 secondes

ÉCRAN DÉPORTÉ

Dimension	186(L) x 120(H) x 33(P) mm
Poids	380g (sans piles)
Piles	4 x LR06 / AA / UM-3 1,5V

MESURE DU POIDS

Mécanisme	4 cellules de charge à jauge sous-tension
Unité	kilogramme (kg) / livre (lb) / livre de pierre (st-lb)

Maximum	150kg / 330 lb / 23st-8lb
Précision	0,1 kg / 0,2 lb

MESURE DE LA GRAISSE DU CORPS

Mécanisme	6 blocs conducteurs
Eventail	5 - 75%
Précision	0,1%
Sexe	Homme / Femme
Age	De 7 à 99 ans

MESURE DE L'IMC

Eventail	1,8 - 50 kg/m^2

TAILLE

Unité	centimètres (cm) / pieds (') et pouces (")
Eventail	80,0 - 230,0 cm / 2' 7,5" - 7' 6,6"
Précision	0,1 cm ou 0,1"
Sexe	Homme / Femme
Age	De 7 à 99 ans

TEMPÉRATURE

Utilisation	5° C - 45° C / 41° F - 113° F à ≤85% d'humidité relative
Rangement	-20° C - 60° C / -4° F - 140° F à ≤85% d'humidité relative



À Propos d'Oregon Scientific

En consultant notre site internet www.oregonscientific.com, vous pourrez obtenir des informations plus détaillées et constamment mises-à-jour sur toutes nos lignes de produits: météo, réveils, photo numérique, téléphonie, jouets éducatifs, sport et bien-être. Le site indique également comment joindre notre service après-vente.

Aidez nous à protéger l'environnement. Faîtes recycler le carton d'emballage, les piles, et le produit lorsque vous n'en avez plus besoin.